

www.trome.com
facebook.com/tromepe
@tromepe
Trome
MÁS DE 200 MIL SOLES EN PREMIOS
AÑO 24 | Nº 8545
VIERNES 14 DE MARZO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20
INSCRÍBETE AL 710-0260 O INGRESA A trome.com
HOY S/200
1 PREMIO DE 15,000 SOLES
1 PREMIO DE 5,000 SOLES
15 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES
1,800 PREMIOS DE 50 SOLES
HOY CUPONES GRATIS
LO LLEVARON A HOSPITAL
Y 'VITOCHO' DICE QUE ESTÁ HACIENDO UN SHOW BARATO
Página 8
CASTILLO SE DESMAYÓ POR JUICIO
AFIRMA QUE SABE QUE ESTÁ PERDIDO Y SERÁ CONDENADO POR EL GOLPE
LAURA SPOYA CUENTA QUE ARICA HARÁ FUERTES REVELACIONES EN 'EL VALOR DE LA VERDAD'
'SHIRLEY VA A QUEMAR A MEDIA SELECCIÓN'
PÁGINA 16
PESCADOR PERUANO TOMABA AGUA DE LA LLUVIA EN ALTAMAR
NAUFRAGA 95 DÍAS Y VIVE DE MILAGRO
PÁGINA 7
EXTORSIONADORES CAUSAN TERROR
LANZAN BOMBAS A COLEGIO Y CEBICHERÍA
PÁGINA 4

ENCUESTA



SÍ 42%

NO 58%

AYER

¿Está de acuerdo con que el Congreso inhabilite a Martín Vizcarra y Salvador del Solar?

HOY

¿Cree que la huelga de hambre de Pedro Castillo es parte de un show?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"El afán de la mayoría de las bandas criminales que operan en el país es captar a un policía como informante, pero mejor si es de grupos especializados. Ahora los criminales manejan millones, por lo que fácilmente pueden comprar a malas autoridades. ¿Eso no sabe el Ejecutivo?".

PEDRO YARANGA
(ANALISTA EN SEGURIDAD)





"El Perú no condena que las ONG reciban financiamiento. Lo que se ha aprobado es que transparenten a dónde van a parar realmente esos fondos. ¿Están siendo utilizados para los fines para los que los solicitan?".

ROSANGELLA BARBARÁN
(CONGRESISTA)

DÓLAR

3.65	3.68
COMPRA	VENTA

EURO

3.97	3.99
COMPRA	VENTA

CLIMA

MÁXIMA	MÍNIMA
31°	20°

trome

Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.
Teléfono: **311-6500.**

Fax: 311-6353.
Página web: **www.trome.com**
E-mail: **trome@trome.com**
Publicidad: **708-9999.**

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.



LAS MUJERES DE CUEVA

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un cebichito de corvinilla y chicharrones de mariscos con cremas, ensalada de cebolla y, para tomar, una limonada frozen. "María, muchos hombres y mujeres tienen vivito y coleando el bichito de la infidelidad. Es como un virus, al que no se le puede matar. Acaba de ser expuesto en **'El valor de la verdad'** el futbolista **Christian Cueva,** quien tenía esposa pero era un 'amante depredador', porque lanzaba el anzuelo a todas las bailarinas y modelos que podía, hasta a la cantante **'Faraona' Marisol. Saber de estos casos puede parecer gracioso para muchos, pero la infidelidad es dolorosa para la víctima del engaño y en este caso para los hijos del jugador que son pequeños y pueden igualmente ser víctimas de bullying.** Por eso, si se tiene pareja hay que hacer todo lo posible por respetar esa relación, hay que cuidarla y protegerla. Especialmente cuando hay hijos, para que no paguen los errores de sus padres. Algunos consejos de los expertos:

Realicen actividades en pareja. Vayan al cine, den un paseo, relájense en la piscina o la playa ahora que es verano. Si pueden hagan un viaje.

Mejoren la comunicación. Con el diálogo se fortalecen las relaciones. Las conversaciones pueden ser de temas importantes como de pequeñeces. Así ambos se sienten comprendidos, acompañados y seguros.

Rompan la rutina. Uno de los peores enemigos del amor es la monotonía. Hagan cosas nuevas. Mantener viva la llama del amor y buscar la intimidad son claves contra la infidelidad.

Los pequeños detalles son importantes. Por ejemplo, si la pareja se va de viaje se le puede enviar pequeños mensajes por WhatsApp diciéndole lo importante que es en su vida

Eviten la tentación y mantengan las formas. Si alguien te atrae y no quieres dañar a tu pareja, evita acercarte a esa persona, no coquetees.

Cuiden siempre su aspecto. Es importante mantenerse bien para seguir siendo atractivos ante el ser amado. También hay que cultivarse y adquirir más cultura. Estar al día con las noticias". Gary tiene razón. Qué buenos consejos. Me voy, cuídense.

KARRY



LOS 'TUITS' DEL DÍA



@HOEDIDASYSL
KAT

No hay necesidad de mencionar la causa de muerte (de un joven en la Universidad Católica). Puede que incluso esté en investigación. Un poco más de empatía con la familia del estudiante fallecido, por favor.





@JOSEKAJIOFICIAL
JOSÉ F.

Raúl Ruidíaz tendría todo arreglado con Ayacucho FC para unirse a sus filas. El vínculo sería por medio año, ya que otro equipo del medio local le ha dicho que quiere contratarlo en el mercado de invierno. Déjenme soñar, Universitario.

HABLAN LOS TROMES

Más apoyo a los jóvenes

Leo en Trome dos noticias muy buenas. Es sobre un jovencito y una señorita que ingresaron en los primeros lugares a las carreras de Medicina y Derecho en San Marcos. Esos son los chicos que necesita el Perú y que, felizmente, hay en gran número, aunque no parezca porque la mayoría de noticias son de delincuentes que hacen mucho daño. Hay que darle más apoyo a nuestros jóvenes. Se lo merecen.

Teresa Islas
Vecina de San Juan de Miraflores

El Perú siempre ha tenido una juventud estudiosa y con talento. Los jovencitos a los que se refiere nuestra lectora son Elías Mendoza y Alessandra Guillén, ambos de 18 años. No tienen muchos recursos económicos, pero sí un deseo enorme de progresar.

Destaca triunfos de Alianza

Soy hincha del Municipal, pero me alegra bastante la clasificación de Alianza Lima a la fase de grupos de la Copa Libertadores. Veo que seguidores de otros clubes tratan de minimizar ese logro, conseguido tras eliminar a Boca Juniors que, aunque no se ha dicho mucho, tuvo bastante ayuda de los árbitros. No hay que ser mezquinos con los íntimos. Ellos están representando al fútbol peruano.

Flor Benavides
Vecina del Cercado de Lima

Después de mucho tiempo un equipo peruano logra triunfos y avanzar en el torneo más importante de clubes de esta parte del mundo. Como dice nuestra lectora, dejando en el camino al encopetado cuadro xeneize, cuya plantilla es millonaria.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717

'LOS OCCIDENTALES'

Capturan a 3 por extorsión a choferes de buses

Cayeron antes de atacar a balazos a un chofer y cobrador de una empresa de transporte público. Fueron detenidos tres integrantes de la temible banda de extorsionadores 'Los Occidentales', entre ellos dos menores de edad, en San Martín de Porres. Se les halló dos armas de fuego, una con mira láser.

Detectives de la Brigada Especial Contra la Criminalidad de Lima Norte arrestaron a los adolescentes de 15 años de edad, uno venezolano, cerca del local donde las potenciales víctimas trabajan, en San Diego.

Para no despertar sospechas llevaban puestos chalecos de obrero y uno tenía una pistola. El extranjero tenía tres sobres con mensajes extorsivos y con una bala, cada uno dirigido a las empresas Etupsa Linea 73, Nor Lima y Etmosa.

Luego, fue atrapado Alejandro Alfaro Muchaypiña (31), al volante del auto en el que transportó a los menores. En la guantera tenía un revólver. (E. Cirilo)

'DOS SICARIOS'

Colectivero es asesinado

El colectivero José Gutiérrez (27) realizaba las últimas vueltas del día para ir a descansar a su casa, pero dos sicarios en moto lo interceptaron en la avenida José Carlos Mariátegui, por el paradero 4 de Huáscar, en San Juan de Lurigancho, y a través de las ventanas le dispararon cinco veces. La víctima consiguió estacionarse a un lado de la vía para pedir ayuda, pero murió en su asiento segundos después.

Iba a bordo de una Changan Supervan alquilada, que hacía la ruta desde Huáscar hasta la estación San Carlos de la Línea 1 del Metro de Lima. El hecho ocurrió casi a la medianoche. Se investiga si fue un ataque por parte de una banda de extorsionadores o si el joven era amigo de una chica, cuya expareja estaría en la cárcel. (J.Y.)

En las últimas horas bandas detonaron explosivos también en cebichería y un casino



LANZAN BOMBAS A COLEGIO Y NEGOCIOS

TERROR EN LIMA NORTE

Paren las extorsiones. Es el clamor de la población después de que criminales bandas delincuenciales atentaron con explosivos en un colegio particular, un casino y una cebichería, en Lima Norte, para obligar a las víctimas a pagar fuertes sumas de dinero por cupos.

Tres minutos antes de la medianoche, dos sujetos desde una moto lineal detonaron un artefacto explosivo en el Colegio Científico Nikola Tesla, en la cuadra 58 de la avenida Universitaria, Comas.

La explosión dañó la puerta del local donde estudian 100 niños en inicial y primaria.

Representantes del colegio analizan suspender las clases presenciales.

Una trabajadora pidió al gobierno medidas, pues peligra la vida de escolares y profesores.

A las 10 de la mañana, un sujeto detonó una bomba en el salón de juegos y tragamonedas 'Money Money' con varios trabajadores y apostadores en el interior, en la cuadra 48 de la avenida Túpac Amaru, Comas.

De acuerdo al mensaje escrito que el delincuente dejó, el atentado se lo atribuyó la banda 'Los Injertos del Cono Norte', liderada por Erick Moreno Hernández, 'Monstruo'.

Exigen cupos para no matar a los dueños y víctimas piden auxilio al gobierno

En la madrugada, dos sujetos detonaron un explosivo en la fachada de la cebichería El Ajicito, en la cuadra 6 de la avenida 12 de Octubre, en San Martín de Porres.

EXIGEN 70 MIL SOLES

El ataque estaba dirigido a una trabajadora del restaurante, a cuya madre la mafia de el 'Monstruo' extorsiona y le pide 70 mil soles.

"... te saluda el brazo armado de 'Los Injertos del Cono Norte', liderada por el 'Monstruo', aquí práctico y preciso, tienes que alinearte con una inscripción de 70 mil soles por tu línea de vehículos que tienes...".

Es parte del mensaje que le enviaron a la víctima que sufrió un atentado contra su casa, la madrugada del domingo pasado.

La hija de la agraviada dijo que se han equivocado con su mamá porque ella no tiene carros. (E. Cirilo)

'CARA DE JOTA'

Roba en bus y lo chapan



Edidsson Effio (30), 'Cara de Jota', un barrista de la 'U', subió a un bus de transporte público, arrebató el celular a una madre de familia y corrió, pero pasó por el costado del alcalde de Chorrillos, Fernando Velasco, quien le cerró el paso y lo hizo caer. Fue reducido por serenos y personal del Grupo Olaya en la calle San Rodolfo, urbanización Villa Marina. Se conoció que en 2014 lanzó una bombarda a un sereno causándole quemaduras en los brazos. (J.Y.)

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES 1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

CON TROME

¡MAÑANA RECIBE 8 CUPONES!

El Mochilón Regalón

LLENA UNA COLUMNA

- **Los lunes, durante las 5 semanas** que dura la promoción, recibe gratis una cartilla con tu Trome.
- **Mientras más cartillas tengas**, mayores posibilidades de ganar.
- **Todos los días publicamos** los cupones.
- **De lunes a viernes** te damos seis. Los sábados y domingos son ocho.
- **Ganar es facilito.** Solo debes llenar con los cupones los cinco recuadros de una de las letras de BINGO.
- **De esa forma, si completas** los cinco casilleros de la B serán tuyos los 15 mil soles.
- **Si rellenas la I** te llevas los 5 mil soles.
- **Las letras** N, G y O también tienen premios.

COBRA AL TOQUE

- **Los ganadores en Lima de 50 y 100 soles deben acercarse a su canillita más cercano para reclamar su dinero.**
- **Para premios de 1000 soles o más deberán ir al jirón Paracas 530, Pueblo Libre, los días martes y jueves, de 10 de la mañana 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde.**

Promoción tiene más de 2 mil 800 premios de hasta 15 mil y 5 mil soles

Mañana sábado y el domingo entregamos ocho cupones de 'El Mochilón Regalón', así que no te los pierdas porque esta 'promo' reparte más de 200 mil soles para que los papitos puedan comprar los útiles escolares sin problemas.

Tenemos más de 2 mil 800 premios, con montos en efectivo de hasta 15 mil, 5 mil y mil soles.

LUNES MÁS CARTILLAS

Y este lunes, con la compra de tu periódico, recibe gratis una cartilla del bingo. Como estas son diferentes, mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar.

¡Participa con fe porque puedes llevarte jugosos premios!

ESTE DOMINGO

Sorteamos el 'Reventón'

La 'Súper Llamada Ganadora' sorteará este domingo el 'Reventón Semanal'. ¡Son 1500 soles que pueden ser tuyos!

Inscríbete llamando al **710-0260** o en **trome.com**.

Mientras más lo hagas, mayores chances de ganar. Además, de lunes a sábado damos 200 soles.

SUERTUDO

Simón Genovez (4044448, de San Isidro) ganó ayer los 200 soles.

Playas Venta 120

OCASION

CERRO AZUL |ISLA DEL SOL antes Gallardo terreno 150m2 7.50mx20m km.123.50 C.998-037-246



Oficios

304 Pedidos

CHOFER

AIIIA, AIIIC, RUTA RENTABLE, TRANSPORTE URBANO. AV.GRAU 297, ALT.CUADRA 3 REVISIONES TÉCNICAS LIDERCOM, STA.CLARA ?ATE, TELEFONOS: 984-186918 /933-527033





MILAGRO EN ALTAMAR

PESCADOR NAUFRAGA 95 DÍAS Y SE SALVA

SEPA QUE:

- **Napa Castro habría** salido a pescar huevera, según su familia.
- **Él aún está en Ecuador,** donde recibe alimentación y atención médica.
- **La familia gestiona con las autoridades** apoyo para los trámites de su retorno.

Tomaba el agua de la lluvia que caía, pero hace dos semanas se quedó sin nada

Estuvo más de tres meses perdido en altamar, pero el agua de lluvia y su espíritu de lucha fueron claves para sobrevivir. El pescador artesanal peruano Máximo Napa Castro, al que llaman 'Gatón', es protagonista de la impactante historia, que podría creerse como ficción de un náufrago, pero fue real. Estaba desparecido desde el 18 de diciembre del 2024 y recién el 11 de marzo de este año, en aguas ecuatorianas, una tripulación lo ubicó. Estaba deshidratado, con signos de desnutrición y con insolación tras haber estado a la deriva 95 días.

Sobrevivió sin agua potable y, según relató, el agua de lluvia y saber cocinar a leña en su embarcación lo ayudaron a sobrellevar la adversidad.

El pescador dejó la costa peruana saliendo de Marcona (Ica) el 7 de diciembre en su embarcación artesanal 'Gatón 2', como solía hacerlo, y mantuvo comunicación con su familia durante diez días.



'SOLO DIOS PUDO HACERLO'

La familia pidió ayuda de búsqueda a las autoridades. Pasó Navidad y con los meses era difícil hallarlo con vida, hasta que el 'milagro' del rescate ocurrió.

"Me encontró una tripulación hermosa, sensacional. Parecían mi familia. Llegué sin poder caminar. He sobrevivido gracias a la lluvia y cocinando en leña casi un mes en mi bote. Me hacía mi arrocito... Hace 15 días no llovía, 15 días que no tomaba agua ni comía", dijo Napa.

Y añadió: "Solo Dios pudo hacerlo. Nunca dejen de creer. Me ha dado una segunda oportunidad".

Su sobrina Sheyla confirmó la ubicación de Napa y una videollamada les permitió verse en familia. "Hijo, papacito lindo... Gracias a Dios que estás con nosotros", dijo su madre.

PERUANO SE PERDIÓ EL 18 DE DICIEMBRE TRAS SALIR DE ICA Y FUE RESCATADO FRENTE A ECUADOR

JUNTO A OTROS ADULTOS MAYORES

Abuelita de 90 años acabó la primaria y se graduó

Tiene 90 años y aunque ahora sus pasos son lentos, su interés por aprender se mantiene intacto y acaba de celebrar su graduación.

Doña Rita Chaparín Illatopa es la bisabuela del caserío Llanquipampa en el distrito de Amarilis, Huánuco, que junto a otros 15 adultos mayores de entre 67 y 85 años ha logrado graduarse en la educación primaria a través de un programa de alfabetización organizado por el programa Pensión 65 y la ONG Care Perú.

Ella refirió a Trome que enviudó joven, hace cerca de 60 años, pero tiene seis hijos, 32 nietos y 12 bisnietos, y son los más pequeños, como Salvador, su motivación para aprender. "Nos enseñaron lo fundamental, pero es una gran felicidad. Ya puedo leer mejor para mis bisnietos, también buscar palabras en la sopa de letras de los periódicos y apoyar mejor nuestro emprendimiento de venta de artesanías", dijo, recordando momentos de su promoción.

Ya inició clases de secundaria y su nieta mayor, Carla (21), la apoya en los tejidos y crianza de animalitos.

EN LA UNIVERSIDAD CATÓLICA

Estudiante cae del quinto piso y muere

La Policía investiga la muerte, en extrañas circunstancias, de un estudiante de Derecho de la Universidad Católica del Perú, en el interior del campus universitario, en San Miguel.

Giner Valentín Lugarte Rojas (24), con graves lesiones en la cabeza, tórax, abdomen y fractura en la pierna derecha, fue hallado tendido cerca del estacionamiento vehicular de acceso a la puerta 1 del centro de estudios superiores.

El jefe de seguridad de la universidad dijo a la Policía que el estudiante cayó del quinto piso del edificio Felipe MacGregor.

En una ambulancia lo llevaron al Hospital Santa Rosa, donde falleció. (E. Cirilo)



BARRIOS ALTOS

Declaran en emergencia zona del incendio



El gobierno central declaró el estado de emergencia por 60 días en la zona del Cercado de Lima afectada por el reciente incendio en Barrios Altos, que dejó varias familias damnificadas y trajo abajo edificios.

La medida abarca el área delimitada por los jirones Jauja, Áncash, Huánuco, Prolongación Lucanas, Santa Rosa y Huanta. Durante este periodo la Municipalidad Metropolitana de Lima, en coordinación con el Instituto Nacional de Defensa Civil (Indeci), implementará acciones inmediatas de respuesta y rehabilitación para atender a los damnificados y restaurar la infraestructura dañada.



2700 MILLONES DE DÓLARES

Brookfield denuncia al Perú

La compañía canadiense Brookfield anunció que inició un procedimiento de arbitraje internacional contra Perú, para exigir 2 mil 700 millones de dólares, por la inversión que hizo en el proyecto 'Rutas de Lima'.

Indicó que acudió al Centro Internacional de Arreglo de Diferencias Relativas a Inversiones (CIADI), ya que la Municipalidad de Lima, y otras entidades del Estado, expropiaron tramos de esta ruta, a través de ordenanzas municipales y acciones estatales.

✖TEMPRANO FUE LLEVADO A HOSPITAL DONDE *LE PUSIERON SUERO*, POR SU HUELGA DE HAMBRE



POR: JOSÉ M. CARMEN

✱NO ACUDIÓ A JUICIO

CASTILLO SE DESMAYA Y 'HACE SHOW BARATO'

El vacado expresidente Pedro Castillo sufrió ayer una descompensación por la huelga de hambre que inició el último lunes y se desmayó, según señalaron fuentes cercanas, por lo que fue llevado de emergencia a un hospital.

Por ello no acudió al cuarto día de audiencia del juicio oral en su contra por el presunto delito de rebelión, abuso de autoridad y perturbación a la tranquilidad pública, tras el golpe de Estado del 7 de diciembre del 2022.

De acuerdo a un comunicado del INPE, Castillo fue trasladado a las 10:04 de la mañana al Hospital II Vitarte de EsSalud. Por la tarde fue llevado de vuelta al Penal de Barbadillo, donde está recluido.

"Pedimos a las autoridades de EsSalud el traslado (de Castillo) al Hospital Rebagliati, donde se pueda velar, como corresponde, su estado de salud. Luego de tres horas, en la mañana (ayer) volvió en sí", sostuvo el exministro castillista de Comercio Exterior y Turismo, Roberto Sánchez.

En las audiencias anteriores, Castillo mostró una actitud rebelde y de confrontación contra los jueces de la Sala Penal Especial de la Corte Suprema, los fiscales y los procuradores. También ha rechazado las imputaciones en su contra, asegurando que no ha cometido delito, por lo que critica que la Fiscalía pida 34 años de prisión en su contra, así como 3 años y 6 meses de inhabilitación para cargos públicos.

Según el informe leído por la jueza Norma Carbajal, entregado por la Fiscalía, Castillo estaba conectado a una vía con suero desde las 8:20 de la mañana, por lo que los médicos del INPE lo evaluaron y consideraron que sería un síndrome conversivo (condición mental que se caracteriza por la aparición de síntomas físicos sin una causa física aparente), pero descartaron deshidratación.

PUEDE SER SUSPENDIDO

En diálogo con Trome, el excongresista Víctor García Belaunde cuestionó el comportamiento de Castillo: "Él sabe que está perdido y tiene pocas luces para buscar una solución inteligente. Está buscando un show barato, cree que va a rendir frutos más adelante. Lo único que le queda es el espectáculo (...). Sabe que lo que pide (no tener abogado) es un imposible jurídico", dijo.

Recomendó a los jueces adoptar medidas para evitar más ataques verbales: "Él puede ser suspendido. Ellos no pueden no hacerle caso. Tienen que hacerle caso, pero con inteligencia, y no deben permitir que se luzca".

✖'Vitocho' Belaunde afirma que **expresidente sabe que está perdido** y será condenado

"El asesor legal en la sombra del expresidente (Pedro) Castillo, en su estrategia de ruptura, debe instruirlo que la falta de imparcialidad (de los jueces) se cuestiona a través de la recusación y el habeas corpus, no con poses o proclamas políticas en la Sala".
CÉSAR NAKAZAKI (ABOGADO)





✱PIDE QUE JUSTIFIQUEN VOTOS PARA SANCIONARLA

Fiscal de la Nación critica al Congreso



La fiscal de la Nación, Delia Espinoza, criticó al Congreso y aseguró que, si bien hay denuncias constitucionales en su contra, pidió que si es sancionada, exista una verdadera motivación y no solo sea con 'la fuerza de los votos'.

"Si se me pretende sancionar lo único que pido es que haya una motivación, es decir, argumento, explicación, razones, una logicidad en base al derecho porque estamos en un Estado constitucional de derecho, no solo por la fuerza de los votos", dijo a una radio local.

Indicó no tener miedo, pero sí 'preocupación de que no se sustenten las verdaderas razones jurídicas. ¿Miedo por qué? No se me debe destituir, todas las denuncias en mi contra en la etapa de calificación deben ser declaradas improcedentes'.

El parlamentario Alejandro Cavero (Avanza País) le respondió a Espinoza que 'si no le gustan las denuncias constitucionales, que venga al Congreso a ejercer su derecho a la defensa'.

✱GONZÁLEZ-OLAECHEA RENUNCIÓ

Nueva baja en el PPC



El excanciller y precandidato a la presidencia, Javier González-Olaechea, presentó ayer su renuncia al Partido Popular Cristiano (PPC).

En una carta dirigida al presidente del partido, Carlos Neuhaus, González-Olaechea se mostró agradecido con el partido y los militantes.

Es la segunda baja en el PPC, ya que Fernando Cillóniz fue retirado del PPC tras revelar que era representante legal de 'dos empresas de Odebrecht'.

✱IMPULSA LEY

Dina dice que expulsará a empresas corruptas

La presidenta Dina Boluarte anunció, desde Lurigancho Chosica, que su gobierno impulsará una ley para expulsar a las empresas extranjeras que hayan cometido actos de corrupción, y que tampoco se permitirá el funcionamiento de empresas nacionales corruptas.

"No más impunidad, no más pactos de silencio. No más empresas que han comprado gobiernos ni funcionarios que se vendieron. Los peruanos honestos no permitiremos negociaciones ofensivas con los corruptos, ni los dejaremos escapar tras acuerdos complacientes. Aquí no hay lugar para ladrones ni para traidores", apuntó.



También atacó indirectamente a la prensa, al dejar entrever que hay algunos medios que buscarían complicar a su gobierno.

✱TAMBIÉN CONTRA NADINE

Sentencia contra Humala sale en abril

El Poder Judicial anunció que el próximo martes 8 de abril se dará a conocer la decisión final del juicio contra el expresidente Ollanta Humala, así como de su esposa Nadine Heredia y otros investigados, por el presunto delito de lavado de activos, tras presuntamente haber recibido aportes de Odebrecht y el gobierno de Hugo Chávez para sus campañas presidenciales.



La jueza Nayko Coronado Salazar, quien preside el Tercer Juzgado Penal Colegiado Nacional, detalló que el juicio contra Humala y demás investigados se retomará el 25 de marzo, fecha en la que se realizarán los alegatos de clausura y la autodefensa material de los acusados. Contra Humala se piden 20 años de prisión, mientras que contra Heredia se han solicitado 26 años y 6 meses.

*CHINA

Robot monta bicicleta

En la ciudad china de Shanghái fue lanzado un nuevo robot humanoide, interactivo y de reacción rápida que sorprende por su gran número de habilidades, entre las que destaca el montar bicicleta. También puede ir sobre un escúter y hasta conducir sin problemas una patineta eléctrica de autoequilibrio.

Mide 1.3 metros de alto y posee un modelo de interacción multimodal, que le permite tener reacciones interactivas en milisegundos. También analiza y responde de forma precisa a expresiones faciales y tonos de voz de los seres humanos.

*EE.UU.

Brad Pitt goza con mujer 29 años más joven

El actor Brad Pitt parece haber encontrado la felicidad al lado de su novia Inés de Ramón, de 32 años, tras su 'infernal' divorcio de ocho años de Angelina Jolie. La pareja siempre sale de la mano a pasear, a restaurantes y presentaciones públicas.

La estrella de 'El club de la pelea' y 'Seven', de 61 años, recientemente fue visto irreconocible en el set de su nueva película y está 'feliz de que el divorcio haya quedado atrás', informaron.

Una fuente cercana al actor señaló que Inés lo 'influyó' para que 'llegara a un acuerdo' con Jolie, con el fin de 'avanzar en la dirección correcta'.

*INGLATERRA

Mamita es la cartera más fuerte del mundo

Lucy Garland puede ser considerada la cartera más fuerte y sexy del mundo, tras ganar el Miss Universo del fisicoculturismo el 2023. Es madre e ingresó al mundo de las pesas tras sufrir un accidente de tránsito, que la alejó de las competencias de triatlón. Luego de la lesión, Lucy recurrió al entrenamiento de fuerza y comenzó su rápido ascenso en el mundo del culturismo. Cada día Lucy, que trabaja para Royal Mail en Inglaterra, se levanta antes del amanecer para hacer cardio. Luego de empujar paquetes en su trabajo diario levanta pesas.

*ASEGURA ESPECIALISTA



INFIDELIDAD PUEDE SER POR VACÍOS AFECTIVOS

POR: MARCO GONZALES

Señala que muchos no logran llenar esas carencias ni con varias relaciones

El caso del futbolista Christian Cueva ha sido vinculado a varias mujeres mientras mantenía una relación con su esposa Pamela López.

El psicoterapeuta Manuel Saravia asegura que la infidelidad es una conducta compleja. "Mientras una persona no vea su comportamiento como un problema, no buscará cambiar. Todo depende de su voluntad", afirma.

Explicó que, en muchos casos, la infidelidad es una forma de llenar vacíos emocionales o afectivos.

"La conquista resulta excitante para algunos, pero detrás hay un vacío afectivo que no logran llenar ni con una, ni con varias relaciones", comentó.

Añadió: "Suele estar vinculada también a baja autoestima o una necesidad de aprobación. Algunas personas encuentran satisfacción en la seducción y lo convierten en un estilo de vida".

> También pueden tener baja autoestima, pero cambiar es posible si se lo proponen

SEÑALES

El psicoterapeuta enfatiza que identificar a un infiel no siempre es fácil. Pero hay señales como el secretismo, cambios repentinos de humor, llamadas a escondidas, horarios inexplicables o un excesivo cuidado del teléfono móvil. "La transparencia es clave en una relación saludable. Cuando hay vacíos o desconexiones de horario es un indicador de que algo no está bien", asegura Saravia.

¿Pueden cambiar? El especialista afirma: "Para muchos, el cambio ocurre cuando tocan fondo, como al perder a su familia. Si sienten la necesidad y tienen la voluntad, pueden trabajar en ello".

SEPA QUE:

→ **Saravia dictará** un taller sobre manejo de duelos en relaciones de pareja el 16 de mayo. Para mayor información pueden visitar la cuenta de Facebook @ Manuel Saravia.



Atrapan a familia con armas y drogas

*Y CUATRO MÁS

No se salvó ni el perrito. Reunidos en una casa de Villa María del Triunfo con abundante droga y armamento, que al parecer iban a utilizar para alguna fechoría, fueron capturados Axel Masgo (24), 'Niño rico'; sus padres Edgar Masgo (53), 'Viejo', y Ana Sandoval (48), 'Chata'; así como cuatro personas más, entre ellas un menor venezolano de 13 años que, según la Policía, integrarían 'Los Malakos del Cono Sur'. Terminaron en el piso al lado el engreído del clan: un shar pei cachorro. Agentes de la Dirin y del grupo Terna se disfrazaron de trabajadores de limpieza y del Bono Gas para llegar al objetivo en el jirón Moquegua, Nueva Esperanza. Minutos antes los sujetos fueron grabados. Tenían escopeta, revólver, 45 municiones, diez celulares, radios, marihuana, cocaína rosada, PBC y clorhidrato de cocaína. (J.Y.)

*PUENTE PIEDRA

Balean a mototaxista y se salva de milagro



Un pistolero acribilló a un mototaxista, quien milagrosamente sobrevivió al feroz atentado, en Puente Piedra.

En la mañana, el gatillero atacó a Hermilio Domínguez Ascensio (59) cuando transportaba a un pasajero en la urbanización Los Portales de Chillón. La víctima fue llevada al hospital de Puente Piedra y sus familiares están convencidos de que el delincuente se equivocó. (E. Cirilo)

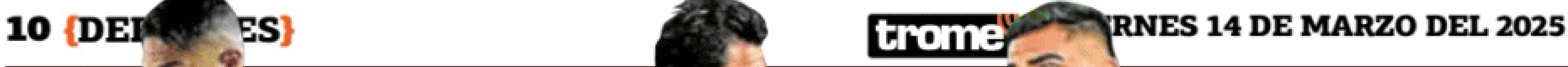
*DÍAS NUBLADOS

Vientos del mar refrescan el verano



El ingreso de vientos asociados al Anticiclón del Pacífico Sur hacen que la temperatura esté ligeramente por debajo de lo normal. El Senamhi informó que ayer la máxima estuvo alrededor de 29°C (Puente Piedra, La Molina) y de noche 20.2°C (Callao).

Hoy y mañana amanecerá nublado, pero disipará, y aunque falta menos de una semana para el otoño habrá días cálidos (hasta 31°C) y otros un poco más fríos.





⇢12 FECHAS Y NADA CON LOS DELANTEROS

YA TOCA METERLA

ÓSCAR IBÁÑEZ PREOCUPADO POR EL NIVEL Y LA SEQUÍA DE SUS NÚMEROS '9' A DÍAS DE ENFRENTAR A BOLIVIA

Un problema sin solución a la vista. Óscar Ibáñez, flamante entrenador de la selección peruana, vive horas de profunda preocupación. El cuarto día de entrenamiento no lo ha dejado muy satisfecho. Las exigencias a las que ha sometido a sus pupilos van arrojando buenos resultados, en la mayoría de casos, pero hay uno en especial que le ha trastocado todos sus planes para el compromiso ante Bolivia, el próximo 20 de marzo.

Los 41 años de Paolo Guerrero parecen generar inconvenientes en el físico del delantero. No tiene los reflejos esperados que se requieren para la alta competencia, la movilidad no es la ideal. Ha perdido el timing que necesita un goleador.

El problema se ahonda más cuando el suplente natural, como es Gianluca Lapadula, anda 'peleado' con la red. La última vez (Cagliari) que hizo 'explotar las tribunas' fue el 24 de setiembre frente al Cremonese por la 'Copa Italia'. No pasa por su mejor momento.

Todo indica, que contra el pensamiento del DT, deberá utilizar a Luis Ramos, actualmente en América de Cali. Y un dato para agregar: en 12 fechas de Eliminatorias solo hemos convertido 3 conquistas: Alexander Callens, Miguel Araujo y Yoshimar Yotún. ¿Dónde están los artilleros?

DATAZO **AYER** se integraron los jugadores de Melgar y tuvieron una charla con el comando técnico.

"Quiero tener minutos con la selección, me siento preparado para jugar ante Bolivia".
Erick Noriega



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **'SI FUESES SOLTERO** hubiera luchado por ti para hacerte feliz'. Esa frase la he escuchado toda mi vida. Siempre salió de la boca de las que les encantan los amores prohibidos. No necesito de pruebas ni de nada para darme cuenta que no solo fueron chats y conversaciones. La cochinadita está ahí si uno es buen entendedor, ninguno de los dos se regala en el celular porque son podridos. Los y las infieles son paradores y llegan hasta 'Fiscalía'. Mueren negados, aunque a veces las evidencias los ponen al descubierto. Solo un porcentaje muy, muy reducido se lleva a la tumba su engaño. Allá arriba, con el Bravo, no se salva nadie. Así como le componen canciones a los hombres, voy a crear un tema: 'Las mosquitas muertas'. Sí, señores... **TODO ESTE ENREDO** que se ha desatado desde el domingo en la noche tiene un denominador común: la traición. Las 'Palmeras', la 'Faraona', la 'Blanca', la hermana de la 'Solcito', la 'Chica selfie', el 'chato cervecero' y la 'nariz respingadita' son personajes de aquellos. Farándula, deporte y cachos. Estos no van a cambiar nunca. De eso viven y empeñan su dignidad con tal de facturar. Hacen videoclips y se sientan en sillones para seguir cobrando. Así es... **LA NETA QUE LA CASAQUILLA NÚMERO 10** de la blanquirroja tiene un detalle especial: jala miradas de los hinchas y féminas. Hay dos tíos antiguos que eran enfermitos de la canallada. Se han levantado lo top del país y del extranjero, pero siempre caletas y sin escándalos. Lo positivo es que eligieron bien en casita. Es el verdadero 'Balón de oro' de cada uno. De los últimos tiempos, hay dos que son paganinis al mango. Viajes, iPhones, ropa de marca y caprichitos. Lo peor es que les pagan con cuernos. Encima se juntaron en un podcast y se trataban de 'hermanos'. Tenían razón, el 'enano horrendo', según Beto, se metió con la mamá de sus hijos. Asu mare... 'Giselo' mueve bien sus fichas. Tiene un nuevo cariñito, una chibola chiclayana, 26 años menor y dueña de una cadena de restaurantes en la 'Capital de la amistad'. 'Damián' sabe que es tiempo de asegurar el futuro. Curuju... **ME PASAN LA VOZ QUE LA 'MUÑECA'** es tan buena gente que llegó a Ate con un practicante y ahora el patita gana como él y todo porque se ha convertido en su mano derecha. Es el que consiguió el material de 'Churín fun flay'. Rexuxa... Así que el 'Lavandero' de Matute es animalista. Tiene 4 perros y un gato, y todos son adoptados y donde lo lleve el fútbol se va con los cachorritos. Parece que la esposa anda en campañas para dar alimento a las mascotitas que están abandonadas en la calle. Vale... Me voy, soy fuga.





PABLO LAVANDEIRA CONFIESA QUE LA 'BLANQUIAZUL' LO MARCÓ Y DESCARTA CUALQUIER SENTIMIENTO CON LA CAMISETA DE UNIVERSITARIO

'ALIANZA ES MI LUGAR EN EL MUNDO'

Entre el ayer y el hoy, se queda con su presente. El uruguayo Pablo Lavandeira, actualmente en Alianza Lima, tuvo un paso por Universitario de Deportes en el 2018, pero tiene claro qué camiseta lo marcó. "Siento que este club es mi lugar en el mundo. Llegué en el 2022 sin muchas expectativas y terminó siendo el mejor año de mi carrera, logrando mi primer campeonato nacional y siendo parte importante", subrayó. Y justamente, conociendo que los cremas pueden ser sus rivales en la etapa de grupos, reveló que sí le gustaría enfrentarlos. "Solo si clasificamos los dos a la siguiente etapa, prefiero que nos encontremos en la final", añadió.

Finalmente llenó de elogios a su DT Néstor Gorosito. "'Pipo' ha sido fundamental, tuvo la capacidad de convencernos de que se podía competir y ganar contra el rival que nos enfrentáramos, que había que hacer muchos esfuerzos, pero que estábamos en el camino correcto", finalizó.

Hasta ahora todos hemos podido jugar y eso permite que tengamos ritmo futbolístico".
Fernando Gaibor, volante de Alianza Lima

DATAZO

KEVIN Quevedo lleva anotados 3 goles con Alianza Lima en la Copa Libertadores. Wilmer Aguirre (5) y Hernán Barcos (6).



CON LIBERTAD PARA 'GUAPEAR' EN LA CANCHA

LE DAN GALONES A UREÑA

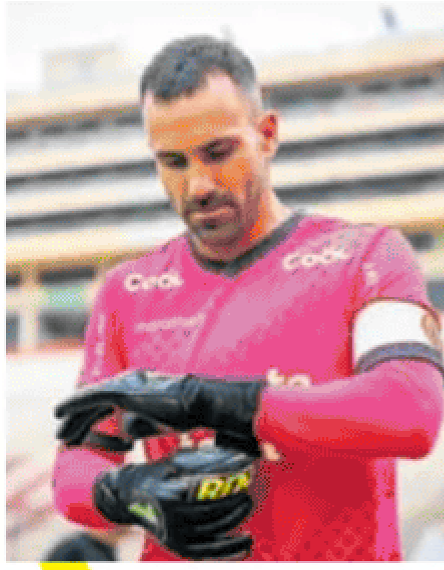
Libertad para alzar la voz. Rodrigo Ureña, volante de Universitario, siempre está ordenando a sus compañeros y los 'guapea'. Se supo que dentro del vestuario todos saben que el temperamento y la responsabilidad del '6' lo lleva a actuar de esa manera. Y por si hiciera falta aclararlo, el DT Fabián Bustos, al saber lo que generó la discusión del chileno con el paraguayo Williams Riveros, les específicó a sus pupilos que en el campo el contención también ejerce el liderazgo y se convierte en un capitán, pese a no llevar la cinta en el brazo.



YOTÚN NO SIENTE CONFIANZA PARA VOLVER A JUGAR

MAREADO POR EL MIEDO

Un caso de estudio. Yoshimar Yotún no se recupera de la rotura de ligamentos cruzados de su rodilla izquierda. Esto ocurrió en abril del 2024 y hasta ahora no regresa a jugar y, lo que es peor, no entrena a la par con sus compañeros pese a que el departamento médico le dio de alta. Primero se dijo que iban a esperar el partido ideal para no arriesgarlo, pero la verdad es que el volante no se siente con confianza y siempre aclara que hay un dolor que no lo deja correr libremente. Parece un tema psicológico más que físico.



MUNDIALISTA JOSÉ CARVALLO ANUNCIÓ SU RETIRO DEL FÚTBOL

GUANTES AL MUSEO

Un día decidió irse. El arquero José Carvallo se retiró del fútbol profesional. Su biografía registrará que su última camiseta fue la Universidad César Vallejo en el 2024, con la que se fue al descenso. A los 39 años, su palmarés arroja que con Universitario de Deportes obtuvo los campeonatos del 2013 y 2023. También mundialista en Rusia 2018, además de la Copa América de Brasil 2021. Asimismo, defendió a Sporting Cristal, Melgar y UTC. En 2008 estuvo en el D.C. United de la MLS.

SODIMAC

MAESTRO

MES DEL CARPINTERO

¡Te esperamos en
la Feria de la Carpintería!

Sábado 22 de marzo

De 9:00 a.m. a 6:00 p.m.

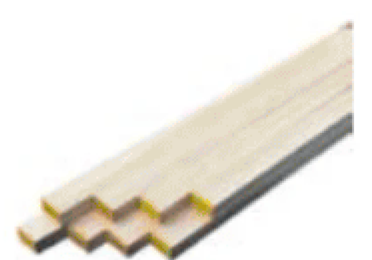
Sodimac San Miguel

¡INGRESO LIBRE!

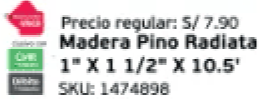


ADEMÁS, APROVECHA ESTOS PRECIOS **INCREÍBLES**





S/ 6.90



Precio regular: S/ 7.90
Madera Pino Radiata
1" X 1 1/2" X 10.5'
SKU: 1474898

TIMBERMAC



S/ 35.90

Precio regular: S/ 39.90
OSB 2A
Formato: 1.22 m x 2.44 m
Espesor: 0.8 cm
SKU: 8919011

HISPANOS



S/ 169.90

Precio regular: S/ 174.90
Melamina Blanco
Formato: 2.14 m x 2.44 m
Rendimiento: 5.22 m2
Espesor: 1.8 cm
SKU: 4273451

TEKNO



S/ 107.90

Precio regular: S/ 119.90
Barniz Doble Acción
Transparente 1 gl
SKU: 69418

FORESTAL PAMA



No incluye marco

S/ 99.90

Puerta Italo 65 cm
SKU: 4362373
Medidas:
75 cm 4362381
85 cm 436239X

Dimfer



No incluye marco



S/ 119.90

Puerta Victoria 65cm
SKU: 4339126
Medidas:
70 cm 4339088
75 cm 433910X
80 cm 4339096
85 cm 433907X

ARES



No incluye marco

S/ 339.90

Precio regular: S/ 359.90
Puerta MONT 65 cm
SKU: 4357418
Medidas:
75 cm 435740X
85 cm 4357310

BauKer



S/ 149.90

Precio regular: S/ 179.90
Taladro Percutor
Inalámbrico 10mm 12V
+ Accesorios 29 Piezas
SKU: 3556573

BOSCH



S/ 299.90

Sierra Circular
GKS 130 1300W
SKU: 4256735

BOSCH



S/ 699.90

Sierra Circular GKS 150-1500W
+ 1 disco 24D + Sierra Caladora GS 680-500W + 1 Hoja de Corte
+ Lijadora Orbital GSS 140-220W
+ 1 Lija
SKU: 4361334

DALE FORMA A TUS PROYECTOS CON GRANDES DESCUENTOS

CUPÓN: TUS HERRAMIENTAS TE PREMIAN CON MÁS AHORRO!



Adquiere herramientas y ahorra en tableros y maderas

TE OFRECEMOS 5% DSCTO*

En maderas aserrada, tableros y tableros de construcción

CÓDIGO: 4242696

CUPÓN: HERRAMIENTAS, MADERAS Y HERRAJERÍA





Adquiere productos de maderas y tableros y ahorra en sus complementos de herramientas

TE OFRECEMOS 20% DSCTO**

En herrajería mueblista, accesorio de herramientas y herramientas manuales

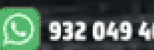
CÓDIGO: 4242521

SODIMAC.COM.PE





APP SODIMAC



932 049 468



VENTA TELEFÓNICA 615 6002

SODIMAC MAESTRO

Tiendas del Mejoramiento del Hogar S.A., RUC N° 20112273922
TCEA Máxima 161.73% calculada considerando la TEA máxima aplicable: 99.00%. Ejemplo: Consumo S/ 1,000 a 12 meses, con envío virtual de estado de cuenta mensual, membresía anual CMR Clásica S/ 69. Membresías varían por tipo de tarjeta, ver Tarifario en www.bancofalabella.pe y Agencias. Cuotas son calculadas a 30 días, si el plazo entre la fecha de compra y el primer vencimiento es diferente de 30 días, la primera cuota reflejará el interés por dicha diferencia. El límite de compras con Tarjeta de Débito de Banco Falabella en POS físico es de S/ 10,000 o USD 5,000 por día y para compras por internet de S/ 3,000 Soles o USD 750 por día. Información difundida de acuerdo con el Reglamento de Gestión de conducta de Mercado vigente. Banco Falabella Perú SA. R.U.C N° 20330401991. Válido en Lima en tiendas físicas del 14/03/2025 al 20/03/2025 y/o hasta agotar stock. Stock mínimo disponible: 01 unidad por producto y/o combo y/o juego. Solo para consumo familiar de hasta 05 unidades y/o combo y/o juegos por persona. No incluyen accesorios, elementos decorativos, instalación, despacho, ni otros servicios complementarios. No acumulable con otras promociones. Imágenes referenciales. T&C Cupones. *Cupón Tus herramientas te premian con más ahorro: Por compras mayores a S/399.90 en herramientas, obtén 5% de descuento en maderas y tableros. Válido en tiendas físicas a nivel nacional hasta el 31/03/25. No acumulable con otras promociones. **Cupón Herramienta, maderas y herrajería: Por compras mayores a S/299.90 en maderas y tableros, obtén 20% de descuento en herrajería mueblista, accesorios de herramientas y herramientas manuales. Válido en tiendas físicas a nivel nacional hasta el 31/03/25. No acumulable con otras promociones.

¡ARAÑADOS!



DATAZOS

✱**ATLÉTICO** calificó de 'frustración' y 'daño tremendo' lo que sigue considerando un error del VAR.
✱**DESPUÉS** de un semestre, Kylian Mbappé fue nuevamente convocado a la selección de Francia.
✱**EL DEFENSA** Iñigo Martínez prolongó su contrato con el FC Barcelona hasta el 30 de junio de 2026.

> **Fui yo quien informó a los árbitros del VAR de que había un 99% de probabilidades de que Álvarez tocara dos veces el balón".**
> Szymon Marciniak, árbitro del Atlético vs. Real Madrid

UEFA RESPONDIÓ CON VIDEO AL ATLÉTICO MADRID POR LAS QUEJAS DEL PENAL ANULADO A JULIÁN ÁLVAREZ

Nyon.- Una imagen vale más que mil palabras o mil preguntas. Luego que se desatara la polémica tras la anulación del penal que convirtió Julián 'Araña' Álvarez para Atlético Madrid ante Real Madrid en la definición para pasar a cuartos de final de la Champions, por una infracción de doble toque del argentino, la UEFA salió a aclarar el tema y contradijo a los 'Colchoneros'.
"Aunque fue mínimo, hizo contacto con el balón con el pie de apoyo antes de patearlo, como se muestra en el video adjunto. Bajo la regla actual (Reglas de Juego, Regla 14.1), el VAR tuvo que llamar al árbitro para indicar que el gol debía ser anulado", fue el comunicado horas después que el Atlético solicitara explicaciones por la decisión.
Además, el máximo ente del fútbol europeo también dejó entrever que esta parte del reglamento podría variar. "La UEFA hará consultas con la FIFA y la IFAB para determinar si la regla debería revisarse en los casos en que un doble toque sea claramente involuntario", explicó el organismo. De otro lado, los hinchas del Atlético estallaron en redes sociales contra la misma UEFA y los jugadores del Real Madrid, como Vinicius Jr., Federico Valverde y el golero Courtois, que se burlaron tras el final del partido.



MELLIZOS VAGOS

José Luis Chilavert, ídolo y campeón del mundo con Vélez, criticó la designación de Guillermo Barros Schelotto como nuevo DT de la 'V'. "Ellos (su mellizo Gustavo) estuvieron en Paraguay y no trabajaron. No están al día con los sistemas, no son profesionales", declaró.



SE VA EL EXTREMO

Los 27 goles y 19 asistencias en la temporada y su segura candidatura al 'Balón de Oro' tienen al extremo Raphinha como el mejor jugador del Barcelona. El brasileño finaliza contrato en 2027, por lo que pedirá un buen aumento de sueldo, de 12 a 18 millones de euros al año.

✱MOURINHO QUEDÓ ELIMINADO DE LA EUROPA LEAGUE Y EXPLOTÓ

POWER RANGER



Glasgow.- Pese a ganar 2-0 en Escocia, igualando la derrota 3-1 en Turquía, el Fenerbahce de José Mourinho quedó fuera de la Europa League en octavos al caer 3-2 por penales ante el Rangers. "¡Fuimos el mejor equipo con diferencia! No nos cobraron un claro penal, pero fuimos eliminados de forma vergonzosa como otros", dijo 'Mou'.
En otro duelos, el United goleó 4-1 a Real Sociedad y avanzó al igual que Athletic Bilbao que superó 3-1 a la Roma. Las llaves de cuartos serán: Rangers vs. Athletic; Lyon vs. Manchester United; Tottenham vs. Eintracht Frankfurt, y Bodo/Glimt vs. Lazio.



✱MESSI VOLVIÓ CON GOL EN LA CONCACHAMPIONS

TANGO Y REGGAE

Kingston.- Bailó un lento. Luego de tres partidos Lionel Messi regresó a la acción con Inter Miami y lo hizo a su estilo, con gol, en el triunfo 2-0 de visita ante Cavalier de Jamaica para clasificar a los cuartos de final de la Concachampions. Las 'Garzas' también ganaron 2-0 en la ida. A los 52', Messi saltó al campo reemplazando a Luis Suárez, quien abrió la cuenta de penal (36'). La 'Pulga', que no jugaba desde el 25 de febrero, se hizo presente en el marcador a los 92' con una sutil definición en el área para su quinto tanto en Concachampions. En cuartos del torneo, Inter Miami se las verá con otro club de la MLS, Los Angeles FC.

Giuliana SE BURLA DE MARISOL

"Cuando tienes rabo de paja es mejor quedarse callada", dijo Giuliana Rengifo sobre los chats entre la 'Faraona' Marisol y Christian Cueva, cuando el jugador estaba casado con Pamela López.

"Ahora está sintiendo lo que es ser difamada, como ella lo hizo conmigo, pero la diferencia era que yo nunca me metí en una relación, ni me escribí con un hombre comprometido como ella lo quiso dejar ver", respondió Rengifo.

Ella te señalaba y daba a entender que fuiste la 'manzana de la discordia'...

Me señaló, hizo una tregua con otras personas para hacerme sentir de lo peor y hasta ahora sé que habla mal de mí con la gente que trabajo. No entiendo por qué, pues nunca le quité nada.

Yo estuve con su mánager cuando ella estaba embarazada de su chibolo; sin embargo, decía que era la amante, pero cuando uno tiene 'rabo de paja' hay que quedarse callada.

¿Qué te parecen los chats con Cueva?

Uno nunca debe escupir al cielo porque acá todos tenemos historias, nadie es santo ni santa. La conclusión que puedo sacar es que es una doble moral.

LA AMENAZAN

Por otro lado, el programa 'Amor y fuego' difundió más chats donde sería amenazada por Cueva.

"Te voy a dar hasta el día de hoy para que empieces a retractarte y a pedir disculpas de todo lo mal que hablas de mi persona y mi mujer", es el mensaje del futbolista a la 'Faraona'.

En tanto, la cantante le responde: "Perdón, no sé de qué estás hablando, si yo nunca la he tocado ni he mencionado su nombre, señor. Ni usted ni de ella, la gente habla lo que le da la gana. Me parece que me estás amenazando", señaló Marisol.

Ante esto, Christian Cueva dijo estar dispuesto a tomar acciones legales contra la popular 'Faraona'. "Las cosas que tenga que ver legalmente, las veré". (J. Lino)

Tras sus chats con Cueva asegura que 'cuando se tiene rabo de paja se debe quedar callada'

trome fiesta

Gisela espera volver a la tele

La conductora Gisela Valcárcel contó que tiene muchas ganas de regresar a la televisión, pero aún no sabe cuándo, con qué tipo de programa y, lo más importante, en qué canal.

"Uno de mis anhelos más lindos es volver a la televisión, no tengo decidido cuándo y con qué tipo de programa, pero espero que Dios me dé la oportunidad", señaló la rubia en las redes sociales.

En otro momento señaló que podría ser en otro canal que no sea América Televisión.

"Qué tal si me voy a otro canal. América es un extraordinario canal, el de mayor audiencia en el Perú. ¿Si volvería a Panamericana?, pues nunca se sabe, ya he vuelto en un par de ocasiones, pero hace quince años estoy en América. Y en Latina también he trabajado", refirió la rubia.

Pero aún no tiene fecha ni programa elegido



Pamela amenaza a Janet

Pamela Franco afirmó que no se quedará de brazos cruzados y tomará acciones legales contra Janet Barboza por sostener que perdió un hijo de Christian Cueva.

"Quiero saber de dónde sale todo eso. Van a tener que demostrarlo, porque son cosas que no se toman a la ligera. Estoy hablando con mi abogado, porque no se puede hablar sin pruebas", expresó Pamela, quien acaba de lanzar su tema 'Escándalo' y donde Cueva participa en el videoclip.

Luego comentó que no le importa que relacionen a Cueva con Melissa Klug, Marisol, Rosángela Espinoza y otras chicas.

"Lo que él haya hecho años atrás no me importa. Abrí un nuevo capítulo, si hay algo en esta temporada ya verán mi decisión", comentó la cantante.

Por haber afirmado que perdió un hijo de 'Aladino'

Milena no cree en Tinelli



Dice que no lo ve enamorado de Milett

Milena Zárate señaló que no cree que Milett Figueroa ni Marcelo Tinelli estén enamorados.

"No sé qué clase de relación tendrán. Milett me cae superbién, pero no le tengo fe a esa relación porque siento que es un hombre tan vivido y solo está pasando el momento, o quizá está sacando provecho para su reality. Honestamente, no veo una relación estable ni formal ahí", sostuvo Zárate, quien acaba de grabar el tema 'Mix cumbianato' junto a la cantante Danny Loo.

Sin embargo, Marcelo ha venido al Perú para reencontrarse con Milett...

Siento que hay muchos intereses de por medio. No la veo como una relación con base o como para futuro. Siento que es una relación comercial para beneficio de ambos, pero quizá estoy equivocada. Igualmente, siempre les deseo lo mejor a los dos. (L.G.)

Efraín contará secretos de la tele

'Pinocho' publicará sus memorias

Efraín Aguilar adelantó que ha escrito sus memorias en un libro que espera publicar pronto.

"Ya lo tengo escrito, no es de anécdotas, es ficción y realidad, es una novela. Debo confesar que me da un poco de pánico publicarlo porque te expones a la crítica de los entendidos, pero espero reunirme con la gente de la editorial. Me demoré años y los que han leído el borrador quieren que haga la segunda parte, hay historias que van a conocer de algunas estrellas de la tele", contó. (C.Ch.).



Lobatón hincha de Paolo

Dice que aún tiene mucho que dar en la selección

El cantante Javier Lobatón aplaudió que Paolo Guerrero haya sido convocado nuevamente para jugar en la selección peruana, que la próxima semana se enfrentará a Bolivia.



"Paolo está en un buen momento físico, todavía tiene para dar en la selección, se le ve con buen ánimo y capacidad física, así que sumaría mucho al equipo. Siento que la presencia de Paolo puede dar fuerza a la selección", comentó Lobatón, quien acaba de lanzar el tema 'Levántate Perú'. (L.G.)

Shirley VA A QUEMAR A MEDIA SELECCIÓN

Laura Spoya afirma que en 'La noche habla' también se revelarán otras primicias que **incluyen a novias y esposas de futbolistas**

Laura Spoya, conductora -con Tilsa Lozano, Ric La Torre y la Tracy- de 'La noche habla', adelantó que 'El valor de la verdad' de Shirley Arica, que se emitirá este domingo por Panamericana Televisión, dejará como saldo a media selección peruana quemada.

Laura, una nueva aventura con 'La noche habla'...

Sí, y yo feliz y preparada para este reto que lo tomo con mucho cariño y responsabilidad. Le agradezco mucho al público por su respaldo.

¿Te sorprende las cosas que reveló Pamela López en 'El valor de la verdad' y luego con ustedes sobre el tema de 'La Faraona' Marisol?

Ha sido una exclusiva porque ningún canal logró el alcance que tuvimos y la próxima semana creo que va a romper esquemas. Si el domingo todo el mundo se paralizó para ver 'El valor...', el de este domingo solamente diré que más de la mitad de la selección se va a quemar.

Más de uno va a quedar sin cabeza...

Muchos. Faltan unos días para el domingo y ya varios han cerrado sus cuentas en las redes sociales para evitar los comentarios. Además, por ahí tenemos una primicia que vamos a revelar y también involucra a varias novias y esposas de la selección.

¿Por qué 'trampean' tanto los futbolistas?

No sé, dices jugador y ya sabes que esa palabra se relaciona a un futbolero, es la mala fama que ellos tienen y bien adquirida porque son muy pocos los que realmente tienen una carrera limpia, al menos en nuestro país.

¿Y la estrategia de tener el celular en la llanta de repuesto?

Ya ese es otro 'level', ese es el manual del pendex de cómo trampear sin ser descubierto, pero mira que las mentiras tienen patas cortas y tarde o temprano caen.

¿Y los chips?

Ahora son los cuevachips, eso sí no me lo hubiera imaginado, me va a tocar empezar a revisar, ja, ja, ja. (Carla Chévez)



CREE QUE ESCONDER EL CELULAR EN LA LLANTA DE REPUESTO ES PARA EL 'MANUAL DEL PENDEX'

Bill Orosco saca pecho

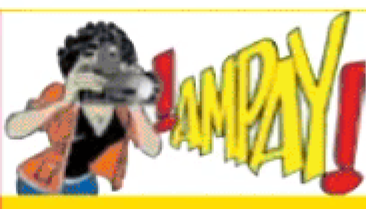
Le gana demanda a su primo Deyvis

El cantante Bill Orosco afirmó que está feliz porque Indecopi aceptó el registro de su nombre artístico, a pesar de que su primo Deyvis intentó prohibírselo aduciendo que generaría confusión entre sus seguidores.

El 'Hijo de Collique' ahora puede usar su nombre y apellido para seguir haciendo su carrera musical, así como para en el futuro lanzar su línea de ropa, calzado y demás negocios relacionados al espectáculo y el entretenimiento.

"Estoy muy feliz, no se imaginan lo emocionado que estoy porque esta resolución es un acto de justicia que me anima y renueva las fuerzas para seguir cantando, seguir luchando por mis sueños y crecer artísticamente, pero sin hacer daño a nadie. Bill Orosco es mi nombre artístico y lo elegí desde un inicio como la mejor manera de rendirle homenaje a mi madre, quien también es Orosco", explicó Bill, quien acaba de lanzar el tema 'Mix Quién' con el grupo 'La San Alberto Band' de Argentina".

Además, espera que después de este fallo cesen las cartas notariales de su primo Deyvis. (J.L.)



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles las últimas de Chollywood... **ETHEL POZO** organizó una cena en su casa para recibir a **MARCELO TINELLI** junto a **MILETT FIGUEROA**, y donde también estuvieron **GISELA VALCÁRCEL** y su productor **ARMANDO TAFUR**, pero sin **JANET** ni **GISELO**. Hummm... El maquillador **CARLOS CACHO** defendió a la **'FARAONA'** y señaló que ha sido testigo de las llamadas que **CUEVA** le hacía y nunca escuchó una conversación amorosa ni subida de tono, sino que todo era chacota. Ya pueeeees... El **'LOCO' VARGAS** confesó que se encuentra arrepentido del romance que tuvo con **TILSA LOZANO**, ya que eso afectó a su familia y les hizo mucho daño. A seguir pidiendo perdón... Cuentan que **MELISSA KLUG** está a dos pasos de sentarse en el sillón rojo de 'El valor de la verdad' y promete destapar a muchos. Ayayyyy... **PACO BAZÁN** y la cantante **SUSANA ALVARADO** siguen pasándola de lo lindo en Medellín, pues han compartido sus paseos por la ciudad y en el campo. Buena... Ahora soy fuga porque mi amorcito anda estresadito y quiere que le dé unos masajitos con final feliz... Suuuaaveee.

TARAZONA DESCARTA HABERSE HECHO UNO JUNTO A CHRISTIAN DOMÍNGUEZ

Karla: NO MÁS TATUAJES POR AMOR

La conductora de 'Préndete', Karla Tarazona, negó que se haya realizado un tatuaje como símbolo de su amor por Christian Domínguez, pues indicó que ya aprendió la lección. Sin embargo, reconoció que se tatuó el símbolo 11:11 y el padre de su hijo decidió hacer lo mismo.

Karla, ¿es verdad que te has realizado un tatuaje como símbolo de tu amor por Christian?

Me he hecho un tatuaje, pero que no tiene nada que ver con el amor. Yo me tatué uno con un mensaje que dice: 'No soy perfecta, soy real'. A Christian también le pareció chévere y se lo hizo, pero no tiene nada que ver con un símbolo del amor.

¿Christian se tatuó unos labios en su brazo?

Se hizo la boca de su mamá.

¿No han pensado en tatuarse algo juntos?

No. Todo lo que tengo (de tatuajes) es de la fecha de mis hijos o símbolos relacionados a mis hijos.

Por cierto, Christian mostró su molestia porque Pamela Franco le pidió que tenga los 'pantalones' para salir a aclarar ciertas cosas. ¿Te ha molestado que quieran involucrar a tu pareja en temas de terceros?

Es un tema de él (Domínguez) y tiene que solucionarlo. Yo no tengo nada que ver, así que a mí que no me metan en ese costal. Yo vivo en mi mundo, así que lo que hagan los demás es problema de cada uno. (L. Gamarra)

Y no se mete en los problemas de Pamela Franco

Melcochita y Bettina en 'Peor es nada'

Lanzan serie cómica por YouTube

'Melcochita' y Bettina Oneto protagonizan la serie 'Peor es nada' por YouTube y narra la historia de una pareja de esposos artistas que brilló en los 80s.

"Ha sido divertido grabar, hay situaciones que reflejan lo que vivimos en televisión", dijo Bettina.

Esta producción de 'La Resistencia Films' se hizo en un solo día.

"Ha sido un trabajo sano y divertido. Estamos en YouTube, así que 'no lo vean'", dijo 'Melcochita'. (C. Chévez)



Alondra sufrió desmayo

Mientras alistaba su debut en 'La movida'

Lizet Soto comentó que su hija Alondra Huárac fue atendida de emergencia, tras sufrir una descompensación en plena grabación de 'La movida de los sábados', pero se encuentra fuera de peligro.

"El martes estuvo grabando el opening del programa y la citaron muy temprano, y Alondra fue sin tomar desayuno, pues estaba preocupada por que todo salga bien. Ensayó, bailó y en un momento bajando las escaleras se desmayó. Fue atendida de inmediato y se repuso, no hay nada de qué preocuparse", señaló Lizet, madre de Alondra.

Recordemos que 'La movida de los sábados' se estrena mañana a las 4 de la tarde por Panamericana. (J.L.)

Sofía orgullosa de su hijo



Sofía Franco dijo que su hijo Salvador, quien apareció cantando al lado de La Única Tropical en 'Mande quien mande', no solo canta, también toca muchos instrumentos, pero ella y su papá lo enfocan en el colegio y deportes.

Sofía, tu hijito canta lindo...

¡Sí! (ríe) Que practique ahí ('Mande quien mande') con los tíos y se divierta.

¿Le encanta la cumbia?

De todo y canta con mucho sentimiento.

¿Será cantante?

Toca muchos instrumentos y canta de todo en casa, pero lo enfoco en el colegio y sus deportes. (C. Chévez)

Dice que Salvador no solo canta, también toca varios instrumentos

familia salud

Picoteo

Evita picotear entre comidas y si lo haces, elige snacks saludables, como frutos secos o una pieza de fruta que, además de saciarte, aportan nutrientes esenciales.



Fruta diaria

La fruta debe estar en nuestra alimentación diaria. Aporta agua, azúcares, vitaminas, minerales y fibra. Se recomienda consumir al menos 5 piezas de fruta al día.



Antibióticos

Los antibióticos tratan infecciones bacterianas. Sin embargo, automedicarse con ellos trae consecuencias negativas ya que, además de generar resistencias, nos expone a efectos secundarios.



QUINTA ENTREGA DE CARTILLAS ES ESTE LUNES 17

El Mochilón Regalón

Regalamos más de S/200mil en premios

- 1 premio de S/15,000
- 1 premio de S/5,000
- 15 premios de S/1,000
- 1,000 premios de S/100*
- 1,800 premios de S/50*

LLÉVATE PLATITA PARA COMPLETAR LA LISTA DEL COLEGIO

En muchos colegios privados ya empezaron las clases y este lunes se iniciarán en los públicos. Si te faltó comprar algunos útiles de la larga lista escolar de tu hijo, puedes completarla con 'El Mochilón Regalón' de Trome, que sigue entregando platita a manos llenas a los miles de lectores de todo el país. Solo debes comprar tu 'diario papá' y jugar al bingo para que te lleves uno de los jugosos premios en efectivo que todavía tenemos para ti. Aquí la dinámica.

1. **Este lunes 17 de marzo** es la quinta entrega de cartillas. Con tu Trome recibe una gratis. Como son diferentes, mientras más tengas, mayores posibilidades de ganar.
2. **Busca la cuponera impresa** dentro del diario del lunes 17 al domingo 23 de marzo. De lunes a viernes vienen 6 cupones, y sábados y domingos ¡son 8!
3. **Coteja los números de tus cupones** y si coinciden con los que aparecen en tu cartilla, recórtalos y pégalos.
4. **Si completas una columna** con los cinco números de una de las letras del bingo, ganas el premio indicado. ¡Así de fácil y rápido!



TODAVÍA TENEMOS UN MONTÓN DE PREMIOS PARA ENTREGAR, ASÍ QUE JUEGA Y GANA

SABÍAS QUE...

Si ganas un premio de 50 o 100 soles y vives en Lima, acércate a tu canillita de confianza y presenta tu cartilla para comenzar el proceso de validación. Si te llevas mil soles o más, acude al jirón Paracas 530, en Pueblo Libre, los martes y jueves, de 10 de la mañana a 1 de la tarde, y de 2 a 4 de la tarde.

NUTRICIÓN SALUD Y BIENESTAR

Gerardo Bouroncle McEvoy
Médico - Nutriólogo* CMP 31235

ALIMENTACIÓN Y EJERCICIOS

Todos queremos tener una buena figura, pero no a costa de nuestra salud. Hay que tener en cuenta la edad, el sexo, la contextura y si hay alguna enfermedad asociada. Una buena salud empieza por nuestros hábitos alimentarios y el peso depende en un 80% de nuestra dieta; sin embargo, la actividad física es muy importante. Pero antes de empezar una rutina de ejercicios, se deben tener en cuenta los aspectos mencionados, sobre todo si hay exceso de peso. El ejercicio debe ir de menos a más; conforme avancemos en la pérdida de peso debemos incrementar la actividad física; al final, nuestro ritmo entre el ejercicio y la alimentación debe ser equitativo. Si una persona de 120 kilos trota, monta bicicleta y hace ejercicio extenuante como una persona de 70 kilos, es probable que tenga problemas articulares, taquicardias y problemas respiratorios por hacer actividad física inadecuada. El único que debe recomendarte qué ejercicios realizar es tu médico, no una aplicación ni consejos de internet.

gerardo_bouroncle@hotmail.com
Instagram: Gerardo_bouroncle
Facebook: Saber vivir



Juntémonos para combatir este grave problema de salud en el Perú

/tromepe
/tromepe
/tromepe
/tromeoficial

Información comercial:
wendy.amanzo@comercio.com.pe

¡ESTE Y TODOS LOS MIÉRCOLES!

trome ESCOLAR escolar

Por: Lida Neira - Comunicadora social - Profesora de inglés

LESSON FIVE HUNDRED SEVENTEEN (517)

Respond 'How are you?'
Responde '¿Cómo te va?'

When someone asks 'how are you?', you can respond in a myriad of ways.
(Wen som-wan ask-s 'jau ar yu', yu can res-pond in a mi-riad of weis)
Cuando alguien te pregunta '¿cómo te va?', tú puedes responder de muchísimas maneras.

1. **I'm good, thanks!** (Ai'm gud, zenks!) Estoy bien, ¡gracias!
2. **I'm doing well, and you?** (Ai'm du-in wel, and yu?) Estoy bien, ¿y tú?
3. **Not bad. How about you?** (Not ba-d. Jau a-baut yu?) Nada mal. ¿Cómo estás tú?
4. **I'm alright. You?** (Ai'm ol-rait. Yu?) Estoy bien. ¿Tú?
5. **Not too shabby. What about you?** (Not tu sha-bi. What a-baut yu?) No tan mal. ¿Qué tal tú?
6. **Can't complain. You?** (Can't com-plein. Yu?) No me puedo quejar. ¿Y tú?
7. **Pretty good. What about you?** (Pre-ri gud. What a-baut yu?) ¡Muy bien! ¿Qué hay de ti?
8. **Same old, same old. You?** (Seim old, seim old. Yu?) Como siempre. ¿Tú?
9. **What's up?** (Whaz ap?) ¿Cómo te va?
10. **How is everything in your end?** (Jau ez evri-zin in yor end?) ¿Cómo te va todo?

Online Resources:

Song I am fine!
https://www.youtube.com/watch?v=03XgDWozJOw



Song How are you?
https://www.youtube.com/watch?v=59FTQnfMblE



Keep the conversation going
(Kip da con-ver-sei-shon goin)
Sigue la conversación.

CONVERSATION / CONVERSACIÓN

A: Long time no see. How are you?
(Lon-g taim no si. Jau ar yu?)
No te he visto en mucho tiempo. ¿Cómo estás?

B: Pretty good. What about you?
(Pre-ri gud. What a-baut yu?)
Muy bien. ¿Qué hay de ti?

ACTIVITY / ACTIVIDAD

Add the missing words.
(Ad da mi-zin word-s)
Añade las palabras que faltan.

Doing · Complain. · same · Same · you · You, · and

1. I'm ______ well, and ____?
2. ____ _old, ______. ____, you?
3. Can't__________, you?

Respuestas: 1. I'm doing well, and you? 2. Same old, same old. You? 3. Can't complain. You?


¡El regreso a clases viene con harto billetito!
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC 20143229816
El Mochilón Regalón
trome
Regalamos más de
S/200MIL
en premios
1 premio de S/15,000
1 premio de S/5,000
15 premios de S/1,000
1,000 premios de S/100*
1,800 premios de S/50*
Este lunes 17 de marzo
Reclama tu última cartilla
Juega así:
1
Este LUNES 17 de marzo, recibe por la compra de tu diario tu última CARTILLA GRATIS.
2
De LUNES A DOMINGO, busca al interior los cupones impresos.
ENCUENTRA 6 CUPONES DE LUNES A VIERNES ¡Y 8 CUPONES LOS SÁBADOS Y DOMINGOS!
3
RECORTA Y PEGA tus cupones de acuerdo a la numeración impresa en tu cartilla de bingo.
4
Una vez completes todos los números de una de las letras de BINGO, ¡HABRÁS GANADO EL PREMIO RESPECTIVO!
EJEMPLO: ¡GANASTE S/15,000!
SI GANASTE UN PREMIO...
DE S/50* O S/100* EN LIMA METROPOLITANA:
Acércate a tu canillita de confianza y preséntale tu cartilla para que puedan coordinar la entrega del premio en efectivo.
DE S/1,000 A MÁS EN LIMA METROPOLITANA:
JR. PARACAS 530 PUEBLO LIBRE, LIMA
Los martes y jueves de 10:00 a.m. a 1:00 p.m. y de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.
FUERA DE LIMA ACÉRCATE A:
CALLE JOSE T GARCÍA 154, HUACHO
De lunes a viernes de 9:00 a.m. a 1:00 p.m.
URB. LOS VIÑEDOS DE SANTA MARÍA MZ. K-28, ICA
De lunes a viernes de 6:00 a.m. a 9:00 a.m.
JR. CHINCHA BAJA 128, CHINCHA
De lunes a viernes de 8:00 a.m. a 9:00 a.m.
* En Lima Metropolitana: Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en efectivo.
En provincia: Se entregarán los premios de S/50 y S/100 solo en formato de gift card.
trome
Siempre te da más



NOVENO REY DE ATENAS (MITOLOGÍA GRIEGA)
ENREDOS
EN ESE LUGAR
VECINAS
VERDOR EN EL DESIERTO
NO NACIDO
DIVINIDAD
ASES
...CULPA CULPA MÍA
INDEMNE (FEMENINO)
OREJA (INGLÉS)
ORG. DE LOS ESTADOS AMERICANOS
TONTO, BOBO
GIGANTE DE LOS CUENTOS
CAPITAL VIENTIÁN
NÍQUEL
NEÓN
RÍO DE BAVIERA
PIADOSA
REPETIDA
CIEN
PALO DE LA BANDERA
RIVAL
FRUTO DE LA VID
LITRO
CALZADO CAMPESINO
ALIANZAS DE BODA
INFLAMACIÓN DE LAS AMÍGDALAS
GAMMA
CALCIO
DIOS EN INGLÉS
FACA, CUCHILLO
PERSONA QUE HABLA EN PÚBLICO
HIPERTENSIÓN INTRAABDOMINAL
VECNAS
RADIO
TOMOGRAFÍA COMPUTARIZADA
ESPACIO DE TIEMPO
SUEGRO DE CAIFÁS
SUFIJO AUMENTATIVO
PEÑASCO
ESCUCHARÁS
CALCIO
CAPITAL ORANJESTAD
DIPTONGO
NORTE
PROVINCIA DE CUSCO
INSTRUMENTO ANDINO DE PERCUSIÓN
PALPA
CAPITAL TEHERÁN
OBRA DE ZOLA
TRATADO DE RÍO
GALIO
DONAIRE
SON (INGLÉS)
DUEÑO Y SEÑOR
PATRIARCA DE LA PACIENCIA
ORG. DE LAS NN.UU.
ENROQUE LARGO
AFÉRESIS DE AHORA
OSMIO
LA UNIDAD
APOSTAR
CAUSAR CANSANCIO, FATIGAR
PROVINCIA DE HUÁNUCO
HIJO DEL HIJO
RHO
BATRACIO ANURO
QUE HA RECIBIDO UN DAÑO O UNA OFENSA
ADIÓS
...TSE FILÓSOFO CHINO

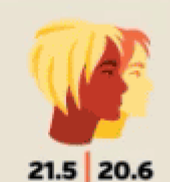
TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. Podrían venir momentos complicados si no tomas precauciones. Es tiempo de curar heridas.


20.4 | 20.5

TAURO. Deja abierta la puerta de tu corazón, no pierdas la fe. Evita hacer malos comentarios.


21.5 | 20.6

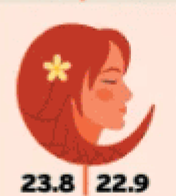
GÉMINIS. Resuelve esos problemas que has dejado pendientes. Esa persona está al tanto de lo que haces.


21.6 | 22.7

CÁNCER. Nunca es tarde para empezar una nueva relación. La buena suerte te acompaña, aprovéchala.


23.7 | 20.8

LEO. Muestra siempre una sonrisa, aun en los momentos más complicados. Esa persona se fija en ti.


23.8 | 22.9

VIRGO. Lograrás lo que tanto deseas, disfrútalo. Cambia de actitud y mira el futuro de manera positiva.


23.9 | 22.10

LIBRA. Controla tu mal carácter, cultiva la paciencia y mira el lado positivo de las cosas que pasan.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. No pierdas la oportunidad de demostrar lo que sientes por esa persona. Debes ser más optimista.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. No temas decir lo que piensas, mucho menos si estás en el lado correcto. Cuida tu alimentación.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Siempre es mejor el silencio que una discusión innecesaria. Una bonita sorpresa te alegrará el viernes.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Aún tienes un largo camino por recorrer, no pierdas el tiempo en cosas que no valen la pena.


19.2 | 20.3

PISCIS. Algunas situaciones te incomodan, debes enfrentarlas con seriedad. Cuida tu salud, no es un juego.

PURAS letras

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE APRENDER MATEMÁTICAS (1)

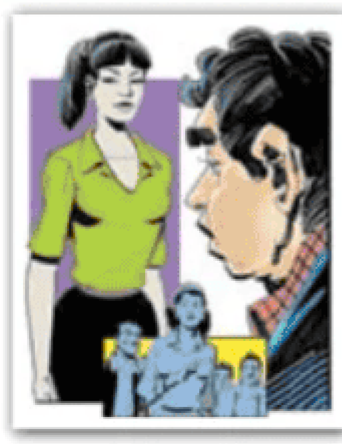
P	D	O	C	I	M	E	D	A	C	A	O	L	E	D	S	E	D	D	A	I
E	C	Z	A	U	R	D	E	S	D	C	E	R	F	G	T	V	X	D	D	C
R	P	D	F	A	A	V	Z	A	R	E	N	A	M	E	D	O	A	E	F	A
M	L	E	V	Z	R	L	A	A	F	L	V	X	S	A	N	Z	A	L	A	N
I	A	S	M	A	U	D	Q	Z	L	S	A	F	F	A	A	S	D	D	C	O
T	N	A	D	U	T	P	A	U	V	N	X	C	I	F	Y	A	D	I	A	I
I	I	F	E	C	C	F	R	D	I	V	E	D	O	R	C	O	N	N	D	C
R	F	I	T	F	U	H	A	O	Z	E	I	A	E	C	V	Z	A	E	E	A
A	I	O	N	A	R	V	A	A	B	T	R	S	C	Y	I	F	A	R	D	R
B	C	S	E	Z	T	D	F	S	O	L	O	A	S	I	F	N	D	O	M	T
O	T	E	I	V	S	V	A	C	O	L	E	E	M	A	L	D	A	A	Y	S
R	Y	N	C	D	E	Z	O	D	V	T	J	M	Z	B	A	P	C	Z	D	I
D	O	A	I	A	A	L	A	E	F	A	R	V	A	F	I	V	A	D	A	N
A	N	D	F	Z	A	D	R	D	I	F	A	A	A	S	Z	T	A	E	Z	I
R	D	F	E	T	D	F	A	V	A	Z	V	D	S	F	A	V	O	D	S	M
F	A	Z	S	A	U	V	E	D	S	E	D	A	D	I	V	I	T	C	A	D
Z	V	A	V	Z	Y	D	D	E	F	R	G	N	U	J	I	D	A	Z	V	A
A	H	F	A	L	A	P	L	A	N	I	F	I	C	A	C	I	O	N	D	A

- Ayuda a estructurar
- ideas y resolver
- problemas
- de manera
- eficiente;
- permite abordar
- desafíos en
- cualquier ámbito,
- desde lo académico
- hasta lo cotidiano;
- se aplica en la
- administración
- del dinero,
- la cocina,
- la planificación
- de viajes y
- muchas otras
- actividades.

TE AMO

SOY TÍMIDO CON LAS MUJERES

Cartas: Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

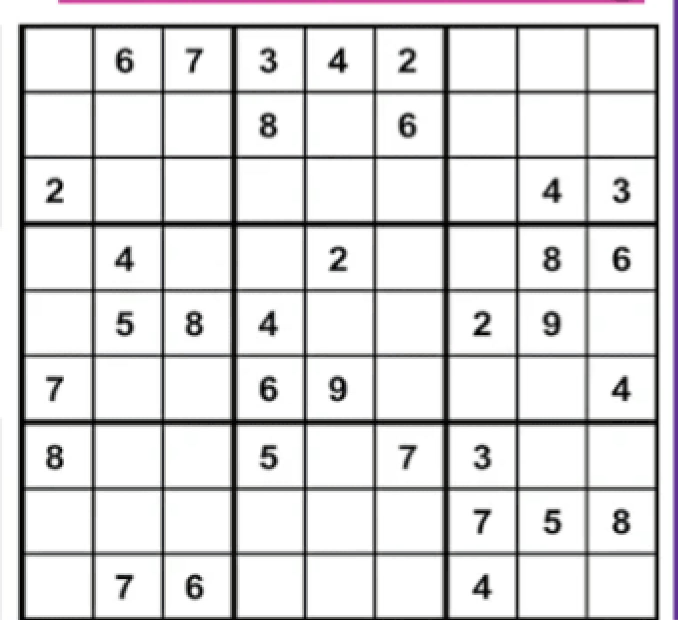


BRYAN (44).- Doctora Carmen, nunca tuve suerte en el amor. Desde joven he sido tímido con las mujeres y creo que por eso no he podido enamorarme. No puedo entablar una conversación amena con una dama porque me gana mi nerviosismo. Me gustaría conocer una mujer que me tenga paciencia, entienda mi personalidad y me ayude a ser un hombre amoroso. Creo que no soy parco o frío, sino que todavía no conozco a la que me haga vibrar de amor. Las interesadas en conocerme personalmente escriban a mi WhatsApp: **921-780-825. Gracias.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito: La mujer que te ame entenderá tu forma de ser y la aceptará tal como es. No intentará cambiarte, porque así se enamoró de ti. Quizás eres un hombre de pocas palabras, pero con el corazón gigante y dispuesto a entregarlo todo por la mujer de tu vida. Levanta el ánimo. **Suerte.**

TROME sudoku 330



	6	7	3	4	2			
			8		6			
2							4	3
	4			2			8	6
	5	8	4			2	9	
7			6	9				4
8			5		7	3		
						7	5	8
	7	6				4		

TROME SERIES

NETFLIX

CIUDAD TÓXICA



TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 4

La serie se basa en uno de los peores escándalos medioambientales en la historia del Reino Unido y que destapó una verdad escalofriante. Un grupo de madres denunció la mala gestión de residuos tóxicos en la ciudad de Corby, que causó malformaciones en sus hijos. Juntas buscarán hacer justicia como sea.

SOLUCIÓN GRAMA



DOBLE DE MARICARMEN CON EL MOCHILÓN

ESTA GUAPA SEÑORITA SE LLAMA ESTEFANY DOMÍNGUEZ, es una talentosa bailarina y sus amigos la llaman 'la doble de Maricarmen Marín'. "Todos los días recorto mis cupones de 'El Mochilón Regalón' y el lunes juntaré varias cartillas del bingo porque me quiero llevar uno de los más de 2 mil 800 premios que tienen", dijo contenta.

FOTO: ALAN RAMÍREZ

'PICOTITOS' DE EL BÚHO



Este Búho ve el panorama político más movido que Kike Suero después de brindar toda la noche con un pisquito quebranta por la clasificación de Alianza Lima en la Copa Libertadores. Por eso, agarro mi 'Espada del augurio' de 'Los Thundercats', para que me permita ver 'más allá de lo evidente' y así poder dar mis acostumbrados 'Picotitos', bien picantes, como les gusta a mis lectores.

ATAQUES A LA PRENSA. Un pésima decisión de la presidenta Dina Boluarte fue no recibir a los representantes de la Sociedad Interamericana de Prensa (SIP). Esa delegación está en el Perú por los constantes ataques que los hombres de prensa vienen recibiendo desde la época de Pedro Castillo. La mandataria perdió una valiosa oportunidad para expresar su posición. Y la verdad es que los periodistas están siendo estigmatizados, muchas veces amenazados, insultados y hasta asesinados por cumplir con su labor. Los que tienen el poder están confundidos porque parecen creer que el periodismo está para alabarlos o sino son los enemigos. No es así. La función del periodismo independiente es investigar y denunciar. Eso no es atacar a la presidenta, ministro o cualquier otro funcionario público.

EL SHOW DE CASTILLO. Desde que se inició el juicio oral por su fallido golpe de Estado de diciembre del 2022, Pedro Castillo ha convertido las audiencias judiciales en un espectáculo político en el que busca presentarse como 'víctima' ante sus seguidores y organismos internacionales. Cada vez que le dan la palabra ofende a jueces, fiscales y hasta a sus abogados. Hace poco inició una 'huelga de hambre' y ayer no se presentó ante los magistrados porque 'se descompensó'. Pero el golpista no es ninguna víctima y mucho menos un santo. Quienes lo apoyan y convocan hasta marchas por él han olvidado que, por ejemplo, Salatiel Marrufo, quien fue jefe del gabinete de asesores del Ministerio de Vivienda, aseguró ante la Fiscalía que él mismo le entregó al chotano 100 mil soles en una bolsa de regalo de parte de la empresaria Sada Goray.

TUFILLO MONTESINISTA. Está claro que con el cuento de que la fiscal de la Nación, Delia Espinoza, es 'caviar', el gobierno y el Congreso buscan tumbársela. La fiscal recibe fuego graneado de ministros y de parlamentarios por igual, que no solo la atacan y descalifican, sino que en menos de un mes le han interpuesto cuatro denuncias constitucionales con el objetivo de sacarla e inhabilitarla por diez años. El incapaz ministro del Interior, Juan Santiváñez, la denunció porque no quiere que lo investigue. Mejor debería someterse al peritaje de voz por los comprometedores audios de quien fue su amigo, el capitán Junior Izquierdo, 'Culebra'. Si dice que no es su voz, que vaya a la Fiscalía y se someta a la justicia.

MALAS NOTICIAS PARA EL 'LAGARTO'. El Congreso aprobó una decisión que se veía venir, y que es acusar constitucionalmente a Martín Vizcarra e inhabilitarlo por diez años para ejercer la función pública. Esto significa que no podrá postular a la presidencia en el 2026. La sanción es por haber cerrado el Parlamento. Su entonces premier, Salvador del Solar, quien lo ayudó en esa tarea, fue inhabilitado por cinco años. Pero en redes, donde Vizcarra tiene buena cantidad de seguidores, especialmente gente muy joven que le celebra sus videos en TikTok, dicen que el Congreso lo que en realidad está haciendo es 'limpiarle' la cancha a Keiko Fujimori. A ella le repiten que nunca será presidenta, así compita con un panetón.

SILENCIO POR EL 'MONSTRUO'. Todo parece indicar que hay malos policías que sirven al sanguinario secuestrador, extorsionador y torturador de mujeres Erick Moreno Hernández, 'Monstruo'. Cómo se puede explicar que poco después de haber dado a la Policía información sobre el paradero del prófugo criminal, un sereno de Carabayllo haya sido baleado sin misericordia en una barbería. Por qué altos mandos de la Policía, como los generales Víctor Zanabria u Óscar Arriola, no salen a hablar de este tema ante la opinión pública e informan sobre las medidas que se están tomando. Genera una muy mala sensación en la sociedad que se afirme cada vez con mayor insistencia que agentes policiales sin escrúpulos están a las órdenes de uno de los delincuentes más peligrosos del país. Apago el televisor.